

給食会社の管理栄養士としてできること

シダックスフードサービス株式会社 国立スポーツ科学センター レストランR3 佐藤 尚子

1. JISS との出会い

シダックスフードサービスに入社してから2年が過ぎたころ、国立スポーツ科学センター（JISS）のレストランを受託するにあたり、上司から「やってみないか」と声をかけてもらいました。大学のころからスポーツ栄養に興味はありましたが、当時は銀行の食堂を担当する部署にいて、管理栄養士というよりマネージャーの仕事をしていました。社内でもスポーツの営業店で働きたいという管理栄養士・栄養士は多く、なかなか望み通りの営業店にいける人は多くありません。自分がその上司にスポーツの現場で働きたいと話していたことと JISS のオープンが重なったことは二度とないチャンスだと思い「やらせてください」とその場でお願いしたのを覚えています。

2. 仕事内容

JISS の7階にあるレストラン R3（アールキューブ）は朝・昼・夕食の3食をカフェテリア形式（一部バイキング）で提供しており、年中無休営業です。レストランの名前でもある R3とは「リラックスしながらリフレッシュとリカバリーを図る」というコンセプトの3つのRを表しています。

喫食者は主に強化指定選手とそのスタッフ、JISS で勤務されている研究員や職員の方たちです。主な業務として、毎日の食事提供とその準備、盛り付けや味のチェック、衛生管理、献立作成、発注・検品、料理カードの作成、フェアの提案・実施、JISS 栄養グループの研究協力などがあり、現在3名の管理栄養士で仕事を分担しています。常に JISS 栄養グループや事業課と相談・打ち合わせ等、連携して業務を行っています。

私たちは直接、選手に対して栄養指導することはありませんが、JISS の栄養教育方針を把握し、出来上がった料理そのものが私たちから選手への栄養教育の媒体であると考え、そのイメージをいかに調理師やパートさんたちに忠実に伝えられるかが管理栄養士の重要な役割だと思っています。

最初のころは料理の意図や出来上がりのイメージをうまく伝えられず、作り直してもらったり、何度もメニューを改訂したりしました。仕込みなどの作業もただの作業にならないようどうやって切ったら選手が食べやすいか、大量調理においてどうやって調理したらおいしく作ることができるかを毎日相談しメニューをひとつひとつ作り上げてきました。特に調理師は調理場に入ってしまうと選手の顔が見えない、反応がわからないということが多いため、私たち管理栄養士が選手と作り手（調理師）の間をつなぐ存在であるよう心がけました。

大変な作業ではありましたが、そんな試行錯誤の日々があったからこそ現在があると思います。

3. 仕事でのやりがい

JISS のレストランで働いていてうれしいことは、なんと言っても選手の活躍です。試合前に合宿をしていた選手が活躍していると自分のことのようにうれしく思いますし、レストランスタッフ全員で選手の活躍に一喜一憂し、同じ気持ちで応援できる仲間がいることを誇りにも思います。選手がオリンピック後にメダルを持って報告しにきてくれたり、海外遠征後の帰宅途中に JISS で食事をしようと寄ってくれたことや、選手同士の会話の中で「ここのごはんはホッとするよね」との声が聞こえてきたときは、選手がここでの食事に一目おいていてくれると感じることができます。

見た目の華やかさはないけれど、母親が作る毎日の食事のような安心感とおいしさを提供し、その食事が生活や練習、競技の土台となっていくよう選手にとっての縁の下の力持ちでありたいと思っています。

また、ある選手は野菜が得意ではないけれど自分にとって必要だと理解し、毎日、自分なりに工夫して食べていました。最終的にはサラダバーのブロッコリーをお味噌汁の中に入れていて、私の方がびっくりしたこともありましたが、聞くとき温かい方が食べやすいからとその選手なりの食べ方でした。レストランにいてこういって選手の食意識の変化を直に感じることで、このレストランの存在意義を改めて確認できた気持ちでした。

私たちは毎日食事を提供しているからこそ見えること、できることを探って、JISS 栄養グループ等と連携を図りながら、これからも選手が食事の大切さを自分で理解できる場を提供できるレストランでありたいと思います。そして、給食会社の管理栄養士・栄養士がスポーツ栄養の場でできることの可能性を広げることができればと考えています。